

HET JOODSCHE ZENUW- EN GEMOEDSLEVEN

DOOR
I. ZEEHANDELAAR
ZENUWARTS

UITGAVE FIRMA KINSBERGEN, AMSTELSTR. 33, A'DAM.



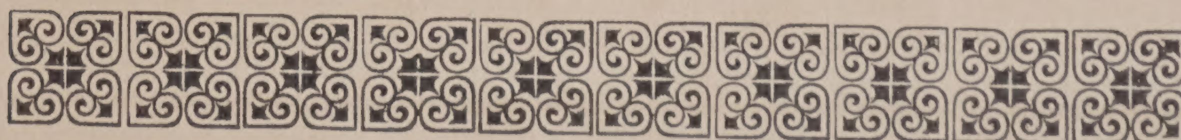
Very rare

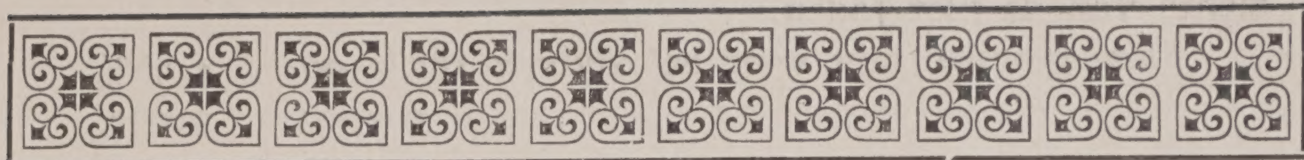


HET JOODSCHE ZENUW-
:: EN GEMOEDSLEVEN ::

:- DOOR -:
I. ZEEHANDELAAR
:- ZENUWARTS -:

UITGAVE FIRMA KINSBERGEN, AMSTELSTR. 33, A'DAM.





HET JOODSCHE ZENUW- EN GEMOEDSLEVEN

:: DOOR ::
I. ZEEHANDELAAR
:: ZENUWARTS ::

Alle geneesheeren, die zich met het onderwerp „Ziekten bij Joden in vergelijking met andere volkeren en rassen" hebben bezig gehouden, komen tot de conclusie, dat de Joden overal veel meer aan zenuwziekten en krankzinnigheid lijden, dan de bevolking te midden waarvan ze leven. Of in Nederland of Rusland, in Amerika of Italië de onderzoekers aan het woord zijn, overal zijn de deskundigen het hierover roerend eens.

De Joden worden zelfs in een artikel van de beroemde Jewish Encyclopydae genoemd, het meest nerveuze volk van de wereld.

Buschan heeft deze quaestie statistisch bewerkt en hij vond, dat de Joden vier- tot zesmaal zooveel psychosen leveren, dan niet-Joden.

Lombroso haalt Servi aan om te bewijzen, dat er in Italië één krankzinnige is op 391 Joden, d. i. bijna 4 × zooveel als bij de Katholieken van dat land. Verga toont hetzelfde aan (1 : 384 bij de Joden; 1 : 1775 bij de Katholieken). Dat het voor bijna alle landen geldt moge blijken uit het staatje in de noot op blz. 17.

Men ziet hieruit, dat de verhouding van het aantal krankzinnigen bij de Joden in elk land grooter, vaak meer dan dubbel zoo groot is, als bij de niet-Joden.

Rusland wordt op het staatje niet genoemd; voor dat land hebben Maximoff e. a. hetzelfde aangetoond. Ik heb zelf nagegaan uit de officieele bronnen of men ook voor ons land tot dezelfde slotsom moet komen. In de Verslagen van het Staatstoezicht op de krankzinnigengestichten vind ik de volgende cijfers (door eenvoudige berekeningen) wat de opname van het aantal Joden betreft ten op-

zichte van de niet-Joden.

Deze getallen zijn voor het tijdvak

	1888—90	4.58%
,,	91—93	3.9 %
,,	94—96	4.74%
,,	97—99	4.13%
,,	1900—1903	4.35%

Wanneer we nu in de Jaarcijfers van het Koninkrijk der Nederlanden nagaan hoeveel procent der bevolking Joden zijn, dan vinden we in 1899: 2.04%. Werden er evenveel Joden als Christenen in de gestichten wegens krankzinnigheid opgenomen dan moest deze verhouding dezelfde zijn. We zien evenwel, dat behalve in het tijdvak '91—'93, toen het nog niet heelemaal het dubbele bedroeg, in de andere genoemde jaren, de opname der Joden procentsgewijs meer dan het dubbele bedroeg, dan we konden verwachten. We zien dus, dat ons land geen uitzondering maakt, *dat ze ook bij ons te lande meer dan tweemaal zooveel krankzinnigen* aan de gestichten *leveren*, dan Katholieken en Protestanten.

Dit feit, dat dus overal nagenoeg constant is, wordt nog van te meer belang, wanneer we bedenken, dat twee zeer belangrijke verwekkers van krankzinnigheid, bij Joden veel minder voorkomen, dan bij niet-Joden. Ik bedoel het alcoholisme en de syphilis; deze twee volksgeesels hebben bij de niet-Joden een bijzonder groot percentage psychosen op hun rekening. In Weenen b.v. werd bij een onderzoek aangetoond, dat op 723 niet-Joodsche, manlijke krankzinnigen, 173 aan den een of anderen alcoholischen vorm van krankzinnigheid leden en bij de 496 niet-Joodsche vrouwen waren 22 op rekening van den alcohol te stellen, terwijl er geen enkele Jood aan eenigen alcoholischen vorm van waanzin leed. Is dit aan den eenen kant een verblijdend teeken, aan den anderen blijkt er uit, hoe sterk dan wel de vatbaarheid der Joden voor zielsziekten moet zijn, wanneer deze groote verwekker van psychosen geen rol van beteekenis speelt en toch het aantal Joodsche krankzinnigen meer dan het dubbele is, dan het eigenlijk moest zijn in evenredigheid met de bevolking. Zooals het met den alcohol gaat, is het ook met de syphilis gesteld. Ook deze ziekte komt bij de Joden minder voor, dan bij de niet-Joden en de verschillende vormen van krankzinnigheid, die met de syphilis in direct verband staan (met name hersensyphilis en dementia paralytica), komen dan ook bij de Joden procentisch veel minder voor. Singer meende uit zijn ziektemateriaal tot de conclusie te moeten komen, dat hersenverweeking (dementia paralytica) bij Joden meer voorkomt dan bij niet-Joden. Hij meende de oorzaak hiervan in een grootere dispositie van de Joden te moeten zoeken. Dit zou dan in verband met de theorie van Edinger te begrijpen zijn, als ik het wel heb. Het zenuwstelsel der Joden is gevoeliger door meerder gebruik (speciaal de hersenenschors) en daardoor eerder een prooi voor de hersenvergiften der dementia paralytica. Intusschen hecht ik noch aan de waarneming van Singer, noch aan zijn verklaring door een grootere dispositie aan te nemen. Evenmin ken ik waarde

toe aan een andere bewering, van een anderen onderzoeker, Eisenstadt, die zegt, dat de Joodsche vrouwen juist in tegenstelling met het feit door Singer genoemd, minder aan hersenverweeking lijden. Daarbij bedenke men echter, dat vrouwen in het algemeen minder aan paralyse lijden dan mannen. Zoo vermeldde niet lang geleden Prof. Langelaan, dat van zijn materiaal aan syphilis de mannen dubbel zooveel paralyse kregen dan de vrouwen. Voor de Joodsche vrouwen zegt dus de vondst van Eisenstadt niets, want ze bevestigen alleen den regel, dat vrouwen in het algemeen minder spoedig hersenverweeking krijgen dan mannen. Ook de conclusie van Singer kan niet aanvaard worden, vóór in dezen zeer betrouwbare groote statistieken bekend zijn gemaakt met een niet eenzijdig materiaal.

Daarentegen vindt men meer acute psychosen en op jongen leeftijd meer psychosen op degeneratieven bodem. Ook na bevallingen komen bij Joodsche vrouwen naar verhouding meer psychosen voor.

Wat voor de krankzinnigheid geldt, geldt eveneens voor de zenuwziekten in het algemeen, bij uitstek voor wat we noemen de functioneele neurosen, d.z. dus zenuwziekten, waarbij geen organische veranderingen in het zenuwstelsel plaats vinden, de hysterie en de neurasthenie.

De hysterie komt in het algemeen bij mannen lang niet zooveel voor als bij vrouwen; bij de Joden komt de hysterie evenwel ook bij de mannen veel voor.

Volgens Tobler lijden nagenoeg alle Joodsche vrouwen in Palestina aan hysterie; Reymond zegt, dat in Warschau de hysterie buitengewoon veel voorkomt. zoowel bij mannen als bij vrouwen. Alle zenuwartsen zijn het over dit veelvuldig voorkomen eens. Zoowel Krafft—Ebing als Binswanger, Erb, Jolly, Moebius, Loewenfeld, Oppenheim, Féré, Charcot, om van andere buitenlanders niet te spreken, als bij ons Jelgersma en Stephan, hebben op dat feit opmerkzaam gemaakt.

Het zenuwstelsel is nu eenmaal zoozeer de zwakke plek, dat niet alleen psychosen en zenuwziekten, maar ook nog andere aandoeningen, die indirect eveneens met het zenuwstelsel te doen hebben, meer bij de Joden voorkomen. Noemen we b.v. de suikerziekte. Plotselinge emoties, schrik, angst en vrees, zorgen, groote en langdurige inspanning van den geest hebben zonder twijfel een grooten invloed bij het ontstaan van veel gevallen van diabetes. Het is dan ook geen wonder, dat juist bij politici en beurslui zulk een groot contingent suikerzieken gevonden wordt. Dit is een feit van algemeene bekendheid onder geneeskundigen. Daar speculanten bijzonder blootgesteld zijn aan voortdurende emoties en stoornissen in het gemoedsleven, leveren zij dan ook een bijzonder groot aantal suikerzieken. Dr. Kleen zegt: „when stocks fall, diabetes rises in Wallstreet.”

Pollatschek meende, dat suikerziekte bij de Joden niet meer voorkwam dan bij andere rassen en volkeren. Hij verdacht

degenen, die anders beweerden van anti-semitisme. Hoewel ik bijzonder veel van mijn ras houd, moet ik toch aan mijn eigen meening blijven vasthouden. Sterftestatistieken uit Frankfort bevestigen trouwens het ervaringsfeit in voldoende mate.

Eisenstadt ziet de suikerziekte, evenals de kanker en de chronische nierziekte, voor coelibaatsziekten aan. Op zijn gewrongen, niet bewezen, eigenlijk naïeve verklaringen ga ik hier niet nader in.

Het zenuwleven der volwassen Joden blijkt niet alleen meer gevaar te loopen, dan bij andere volken het geval is, maar zij leveren ook meer aangeboren doofstommen en idioten.

In 1904 verscheen in het Nederlandsch Tijdschrift voor Geneeskunde een zeer gedocumenteerd artikel van de hand van Dr. Stephan, waarop ik nog nader terugkom. In dat opstel, dat de sterfte en de ziekte bij Joden en niet-Joden behandelde, komt ook nog het volgende staatje van Pruissen voor.

Op 10.000 inwoners werden in Pruissen gevonden:

	onder Protestanten	Katholieken	Joden
doofstom geboren	3.4	3.5	6.5

In Nederland zijn de getallen:

manl.	3.58	doofstommen onder	10.000 niet-Joden.
vrouw.	3.14		
manl.	8.7	„ „	10.000 Joden.
vrouw.	6.88		

In het bekende werk van Lenderink („Blind en doofstom tegelijk”) vond ik de volgende passage: „'t Is vooral bij de Israëlieten, dat huwelijken tusschen bloedverwanten dikwijls gesloten worden en dientengevolge telt deze gemeente betrekkelijk het grootste aantal doofstommen.” Over de hier gegeven verklaring van Lenderink spreken we nader; ik wilde alleen even doen zien, dat ook hij het feit kent.

De grootere „zwakte” van het centraal zenuwstelsel en met name van de hersenen bij de Joden komt ook nog uit in het bij hen meerder voorkomen van idiotie.

Ook hier moeten we er weer den nadruk op leggen, dat uit de voorgeschiedenis der idiote kinderen in het algemeen, blijkt, dat de ouders in meer dan 15% alcoholisten waren. Niettegenstaande het zoo geringe alcoholisme der Joden, bewijzen zoowel de statistieken uit Pruissen, als uit Weenen, Wurtemberg, Beieren en Baden, dat ook de idiotie in verhouding meer bij hen voorkomt.

Er is een bijzondere vorm van idiotie, die eerst een speciaal Joodsche ziekte leek te zijn, daar deze vorm van idiotie aanvankelijk uitsluitend bij Joodsche kinderen waargenomen was. De familiaire amaurotische idiotie, waarop ik hier natuurlijk niet verder kan ingaan, bleek echter later ook wel bij niet-Joden voor te komen.

We zullen het hierbij laten, wat het feitenmateriaal betreft; niemand zal ontkennen, dat bij Joden het centraal zenuwstelsel meer tot ziekte geneigd is dan bij niet-Joden.

* * *

Wat de oorzaken betreft, hierover loopen de meeningen nogal uiteen.

We stellen voorop, dat het niet anders te verwachten was, dan dat een volk met een lijdensgeschiedenis als het Joodsche, in den loop van twintig eeuwen, bijzondere eigenschappen kreeg van geest en gemoed. De altijd durende vervolging, de gestadige opsluiting in Ghetto's, het mogen kiezen van slechts enkele beroepen, het bijna uitsluitend in groote steden wonen, zijn allen schadelijk voor het zenuwleven.

Macaulay geeft in een zijner beroemde essays een sprekende illustratie tot het door mij bedoelde, al is het in wat ander verband.

Hij bespreekt in dat opstel het domme en onbillijke van het niet geven van alle politieke en sociale rechten aan de Joden in Engeland (men schreef toen het jaar 1831) en zegt dan o. m., dat de Joden zijn, wat men er van gemaakt heeft. „Ze zijn juist hetzelfde, wat elke secte, elke klasse van menschen zou zijn geworden, wanneer ze behandeld zouden zijn geworden als zij het zijn. Indien men alle roodharigen in Europa, eeuwen lang, geweld had aangedaan en hen had onderdrukt, verbannen had van deze plaats en opgesloten in gene, beroofd van hun geld, beschuldigd van de meest onwaarschijnlijke misdaden, zonder zweem van bewijs; door ze aan paardestaarten te binden, uit elkaar getrokken, na de paarden te hebben voortgezweept; opgehangen, gefolterd, levend te hebben verbrand; indien, toen de zeden zachter werden, ze nog steeds onderworpen waren aan vernederende uitzonderingsbepalingen en blootgesteld aan beleedigingen van de laagste soort, opgesloten in bepaalde stadsdeelen in sommige landen, met vuil en steenen geworpen door het janhagel in andere, overal uitgesloten van overheidsbetrekkingen en eereambten, wat zou dan wel van het zenuw- en gemoedsleven der roodharigen terecht zijn gekomen"?

We zullen zien, dat we in het Joodsche geestesleven reeds vele eigenschappen vinden, die pathologisch uitgegroeid, tot echte zenuwziekten en krankzinnigheid voeren. Ik bedoel dit, dat iemand die van nature zeer stil, in zich zelf gekeerd, teruggetrokken is, in de verte overeenkomst vertoont met een zekeren vorm van krankzinnigheid: de melancholie. Ik wil hiermee dus niet beweren, dat een stil mensch een tikje abnormaal is, maar alleen dat de sterk pathologische uitgroei van het stille, in zich zelf gekeerde, voert tot de melancholie. De achterdochtige, wantrouwige persoonlijkheid doet aldus aan den vervolgingswaan denken, de drukke, levendige persoonlijkheid, aan de manie. Het spreekt van zelf, dat we bij een van huis uit achterdochtig, wantrouwend mensch, bij wien zich een psychose gaat ontwikkelen, zijn achterdocht nog grooter zien worden; hij meent, dat overal wat mee bedoeld wordt, dat men het speciaal op hem gemunt heeft, dat hij vervolgd wordt; hij gaat aan vervolgingswaanzin lijden. Met dit voorbeeld wilde ik doen zien, dat we vaak bij nog geheel normale menschen physiologische of liever psychologische paradigmata vinden van ziekelijke processen. Zoo meen ik,

dat de eigenschappen, die de hysterie en de neurasthenie, welke speciaal bij zooveel Joden gevonden worden, ook bij vele overigens nog normale Joden, reeds in aanleg aanwezig zijn.

Onder de Joodsche karakteristieke eigenschappen, noem ik o. m. de grootere geestelijke bewegelijkheid, de grootere fantaisie, de geestelijke taaiheid en vasthoudendheid, het groote aanpassingsvermogen, de grootere suggestibiliteit, het sterk reageeren op prikkels van buiten af, de grootere emotiviteit, de zin voor huiselijkheid, het sterk uitgesproken stamgevoel, de sterke neiging tot materiaal goed leven, het demonstratieve of de zucht tot uiterlijk vertoon, de groote zucht tot spreken*), de revolutionnaire instincten, het hygiënisch instinct, de matigheid tegenover spiritualiën en excessen in het algemeen (behalve wellicht in venere), de groote nerveuze labiliteit en de daarmee gepaard gaande neiging tot het verkrijgen van ziekelijke aandoeningen van het zenuwstelsel.**)

Met deze opsomming heb ik volstrekt niet alle typische kenmerken uitgeput; ook zou ik moeilijk wiskunstig kunnen *bewijzen*, dat alle genoemde eigenschappen in bijzondere mate den Jood tegenover den niet-Jood karakteriseeren. In zeer veel geestelijke eigenschappen onderscheidt de Jood zich ten gunste van niet-Joden. Voor hem, die den Jood kent is zijn grootere weldadigheid in het algemeen, zijn gevoel van dankbaarheid, zijn zin voor humor o. m. superieur.

Met de physieke kenmerken heeft men zich vrij veel bezig gehouden; de anthropologische kenmerken: de typische neus, de schedelbouw, de kleur van oogen en haren, de lichaamslengte, de zwaarte, enz.; zij vormen den grondslag van menige studie.

De psychische kenteekenen zijn natuurlijk veel moeilijker te bestudeeren. Hier kan men niet meten en wegen, persoonlijke indrukken geven aldus meer den doorslag dan cijfers en een sterk subjectief gekleurde opvatting is het gevolg. Dat er echter psychische evengoed als anthropologisch-physische kenmerken zijn, waaraan men den Jood van den niet-Jood kan onderscheiden, zal men mij wel willen toegeven.

Hierbij is zeker generaliseeren niet te vermijden. Ik bedoel dit: wanneer ik boven eenige typische Joodsche geestelijke eigenschappen opsomde, dan was ik me zeer wel bewust, dat er tal van Joden zijn, die zulke eigenschappen missen. Wanneer men zegt, dat Joden drukker, levendiger zijn, dan niet-Joden (althans in ons land), dan is in zijn algemeenheid deze bewering evengoed waar, als de bewering, dat het Fransche volk levendiger is dan het Nederlandsche; al zijn er wel Franschen, die kalmer zijn, dan sommige Nederlanders.

**) Ik heb in dezen alleen van z.g. Hoog-Duitsche Joden melding gemaakt, niet van Portugeesche. Het is algemeen bekend, dat deze nog meer psychosen, enz. opleveren, dan de anderen.

*) De schoolmeester karakteriseerde ons immers met:

Hier liggen er twintig van de natie,
Te voren vol lawaai, thans zonder conversatie.

Na dit, overigens vrijwel van zelf sprekende, feit van niet te vermijden generalisatie, even aangedikt te hebben, wil ik met een voorbeeld aantoonen, waarom ik schreef, dat in het normale geestes- en gemoedsleven der Joden reeds de elementen te vinden zijn van bepaalde zenuwziekten.

Met name de neurasthenie en meer nog de hysterie, die bij de Joden zoo uiterst veelvuldig gevonden worden, kunnen dienen om mijn stelling toe te lichten.

In het begin, waarin ik met cijfers aantoonde, dat zenuwziekten en krankzinnigheid meer bij Joden voorkomen dan bij de volkeren te midden waarvan ze leven, meende ik de stelling te mogen uitspreken, dat in het normale geestes- en gemoedsleven der Joden reeds de elementen te vinden zijn van bepaalde zenuwziekten. Met name de neurasthenie en meer nog de hysterie, die bij de Joden zoo uiterst veelvuldig gevonden worden, kunnen dienen om mijn stelling toe te lichten.

Onder hysterie verstaan we een eigenaardige zenuwziekte (in den laatsten tijd psychoneurose genoemd, omdat de oorzaak der ziekte niet van organischen, maar van psychischen aard is) die niet gemakkelijk te definieeren is; we zullen ons dan ook niet met een definitie vergenoegen, maar liever een kort overzicht geven van de voornaamste symptomen. In het verband van dit opstel beperk ik me dan tot de hysterische verschijnselen, voor zooverre ze met het geestes- en gemoedsleven van doen hebben; de lichamelijke verschijnselen (verlammingen, gevoelloosheid, toevallen enz.) laten we er buiten. Het behoeft wel geen betoog, dat we met de uitdrukking hysterie iets geheel anders bedoelen dan uit de vulgaire uitdrukking „hysterisch" volgen zou. Wanneer een niet-medicus zegt: „ze is een hysterische vrouw" wil hij daarmee betoogen, dat bij de bedoelde vrouw naar zijn meening de sexueele sfeer sterk ontwikkeld is. De medicus, die een vrouw met het etiquet hysterica bestempelt, wil slechts zeggen, dat ze lijdende is aan een bepaalde neurose.

We zien bij de lijders en lijderessen aan hysterie vooral veranderingen in de gevoelssfeer. Zoowel het geheugen als het verstand zijn meestal volkomen in orde. De hysterica (we zullen verder gemakshalve de manlijke hysterielijders niet noemen) is meestal zeer ontvankelijk voor allerlei indrukken. De groote geestelijke levendigheid is vaak verrassend, blijkt echter bij nadere kennismaking dikwijls oppervlakkig te zijn. Voor alles ontmoeten we een vrij groote prikkelbaarheid, gepaard met stemmingswisseling. Levendige fantaisie en groote verbeeldingskracht zijn evenzeer verschijnselen, die bij de meeste hystericae gevonden worden. De neiging tot het doen van interessante dingen, opzien wekken, hangt samen met een vaak verhoogd zelfgevoel. De gevoelsuitingen zijn vrij sterk, de hysterica is in alles demonstratief. De gevoelens worden naar buiten vertolkt door groote levendigheid. Het gebarenspel of de gelaatsuitdrukking is overdreven; de hysterica doet altijd aan komediespel denken. Ook in de kleeding komt dit uit: de hysterica ziet er graag opvallend

uit; òf ze kleedt zich zeer opvallend, òf met berekenden eenvoud.

Alle genoemde eigenschappen kenmerken zóóveel lijderessen aan hysterie, dat we mogen afzien van enkele gevallen waarin het geschetste beeld der hysterische persoonlijkheid niet aan de beschrijving beantwoordt. Wie veel Joodsche vrouwen en mannen kent zal moeten toegeven, dat voor zeer velen het nog „normale" zich dekt met het bedoelde abnormale type. Ik noemde reeds als karakteristieke geestelijke eigenschappen o. m. de groote geestelijke bewegelijkheid, de fantaisie, de groote suggestibiliteit, het sterk reageeren op prikkels van buiten af, het demonstratieve of zucht tot uiterlijk vertoon en de groote nerveuze labiliteit.

Al deze eigenschappen, die we bij onze neuroselijders zooveel meer aantreffen, dan bij de normalen, treffen wij ook veel meer aan bij de Joden, dan bij de niet-Joden. Bij de Joden vindt men m. a. w. een neiging, als ik het zoo noemen mag, tot het verkrijgen van hysterie.

De grens tusschen normaal en abnormaal is in het algemeen reeds buitengewoon moeilijk te trekken, zeker op psychisch gebied. Bij de Joden lijkt de grens wat verschoven naar wat voor niet-Joden reeds abnormaal zou heeten.

De Joodsche hersenen zijn als instrumenten, die tot de hoogste volmaaktheid en verfijning zijn opgevoerd; deze grootere volmaaktheid brengt haar nadeelen mede. Hoe fijner een instrument, zooveel te gemakkelijker kan, wanneer dat instrument niet uiterst zorgzaam gehanteerd wordt, een stoornis ontstaan. De groote scherpzinnigheid, het sterke denk- en gemoedsleven, de rijke fantaisie, enz. maken even goed, dat zoovele op den voorgrond tredende buitengewone persoonlijkheden onder de Joden gevonden worden als ziekelijk gestoorde.

Stephan stelde tegenover het door Glatter een halve eeuw geleden uitgesproken: „eine imposante Ruine steht das Judentum noch heute da" zijn: „het volk Israëls, wel verre van een imposante ruïne te wezen, mag integendeel zeer zeker als een krachtig energiek en bijna onverwoestbaar ras gelden." Hij zegt: „immers terwijl in den loop der eeuwen tal van volkeren en naties als zoodanig of in anderen geheel zijn opgegaan of hun bestaan den tand des tijds niet heeft kunnen trotseeren, is er waarschijnlijk wel geen volk bekend, dat zooals het Mozaïsche, gehoond en vertrapt, aan mishandelingen en vervolgingen blootgesteld, zijn levenstaaiheid zóó krachtig heeft weten te handhaven, en wellicht bestaat er in de geschiedenis der volkeren geen feit analoog aan de enorme levenstaaiheid van een ras, dat onder zulke ongunstige levensomstandigheden den strijd om het bestaan te voeren heeft gehad. Aan die levenstaaiheid van het ras beantwoordt de taaiheid der individuen, die het vormen. Reeds sedert lang had het de aandacht van onbevangen waarnemers getrokken, dat de levenstaaiheid der Joden in het algemeen veel grooter is, dan van de volkeren te midden waarvan zij leven; eerst

de statistiek toonde de juistheid dezer waarneming met cijfers aan en bewees wat vermoed werd".

Ook Stephan zegt: „het staat vast dat onder de Joden zeer veel nerveuze menschen voorkomen". Wat nu de eigenlijke zenuwzieken betreft, zoo gelooft Dr. Stephan met vele anderen, die zich omtrent dat onderwerp geuit hebben, dat neurasthenie en hysterie onder hen zeer menigvuldig zijn en dat vooral de zware en hardnekkige vormen van deze neurosen bij hen frequenter voorkomen dan onder de gemengde bevolking; ook het getal gedesequilibreerden (lijders aan dwangvoorstellingen, phobieën, impulsies, remmingstoestanden,enz.) is onder hen volgens zijn ervaring veel grooter.

Dr. Stephan verklaart de meerdere nervositeit in de eerste plaats uit het feit, dat de Joden eeuwenlang verdrukt zijn. Dat heeft de *kiem* tot nervositeit gelegd en, zegt hij dan verder: „zij die zich in den strijd wisten staande te houden, ontdekten al spoedig, hoe het verzamelen van vermogen, het zich verschaffen van rijkdommen, het beste middel was om met succes tegen hun vervolgers te kunnen optreden." Dr. Stephan meent „dat een koortsachtige haast om zooveel mogelijk van den nervus rerum meester te worden, voor velen levensdoel werd. De begeerte naar geld, de gouddorst van sommige Joden, waarbij zij in den dienst van het gouden kalf zeker niet altijd mindere edele middelen hebben ontzien, is voldoende bekend. Hij meent, dat het streven om door geld een invloed te krijgen en te behouden onder zulke ongunstige omstandigheden als waaronder de Joden geleefd hebben, het zenuwstelsel hebben aangepakt en op die wijze kan binnen verscheidene generaties een degeneratie van het geslacht verkregen worden."

Met deze verklaring van Dr. Stephan ga ik volstrekt niet accoord. Stephan doet alsof de begeerte naar geld, de gouddorst zooals hij het noemt, de zucht om op die manier de macht in handen te krijgen, primair was ontstaan onder den invloed van de vervolgingen. Dat is echter niet juist. Er is een andere reden en wel deze, dat de Joden eenvoudig tot den handel gedwongen werden door de Christenen. Ze mochten niet studeeren of grond bezitten, zooals het nog ten deele in Rusland voor de revolutie, en in Duitschland tot in onzen tijd was. In het laatste land kon vóór den oorlog een Jood immers nog steeds geen rechter of officier worden. Wanneer de knappe koppen, die anders uitgeblonken zouden hebben als rechter of als militair, als geneesheer of als minister, als diplomaat of als professer, *gedwongen* worden tot den handel, dan spreekt het wel van zelf, dat zij het ook daar ver in brachten. Dat ze *toen* de macht leerden kennen van het geld is heel wat anders dan een *primair* aanwezige zucht. De Joden zijn, geloof ik, aangelegd tot het beoefenen van kunsten en wetenschappen zeker zoo goed, minstens even goed als tot handelen en schacheren. Trouwens Stephan (die volstrekt niet verdacht kan worden van onaangename gevoelens ten opzichte van de Joden, die hem tot veronderstellingen leidden als die welke ik zooeven behandeld heb) geeft zelf

een lijst van eminente individuen, die gevoegelijk met tal en tal van andere vermeerderd zou kunnen worden. Enkele voorbeelden: Mucisi als Meyerbeer, Halévy, Mendelssohn, Offenbach, Rubinstein; dichters en schrijvers als Heine, Auerbach, Zangwill, Querido, George Brandes, Heyermans; philosophen en oeconomen als Spinoza, Lasalle en Karl Marx; schakers als Lasker; diplomaten als Disraeli; juristen als Asser, Simons, Oppenheim; geneesheeren als Heidenhain, Schiff, Traube, Fraenkel, Cohnheim, Henle, Remak, Bernstein, Rosenstein, Stokvis, Ehrlich, Edinger; schilders als Israëls, Rosa Bonheur, Liebermann. Aan verscheidene hoogescholen is het aantal der Joodsche professoren relatief groot. Merkwaardig is het verder, zegt Stephan, hoe de groote mannen onder hen dikwijls revolutionnair zijn aangelegd[1]) en zeer vaak met groote scheppingskracht begaafd zijn.[2]) Wat zoo merkwaardig lijkt, vinden wij meer natuurlijk, wanneer wij bedenken, dat een der geesteseigenschappen van de Joden hun rijke fantaisie is. Dat deze onder omstandigheden tot grooten opbloei komt en dan kunstenaars of groote geleerden geeft of wel tot ziekelijken uitwas en dan zenuwlijders met fantastische gedachtenvlucht kweekt, baart geen wonder.

Dr. Stephan noemt ook als oorzaken der nervositeit behalve de door mij gewraakte gouddorst, het wonen in de groote steden en het steeds onder elkaar huwen (wat de Duitschers Inzucht noemen). Hij meent, ,,dat door hun rashuwelijken zoowel de goede als de slechte eigenschappen bij hen gemakkelijker en met grooter intensiteit worden voortgeplant''. Dit verklaart naar hij meent de vele voortreffelijken onder de Joden naast de vele zenuwzieken, krankzinnigen en gedegenereerden. ,,Doch indien zij ook al de voortbrenging van al deze voortreffelijke persoonlijkheden verkregen hebben dank zij een convergeerende en zich accumuleerende erfelijkheid, ongestraft wandelt niemand onder de palmen en in den vorm van idioten, doofstommen, gedegenereerden, krankzinnigen, enz. hebben zij heden ten dage tol te betalen aan de natuur voor de streng doorgevoerde teeltkeus waartoe hun rashuwelijken hebben geleid''. Ook hierin kan ik, evenmin als Dr. Pinkhof, met Stephan medegaan. Dr. Stephan vergelijkt de rashuwelijken der Joden met de bloedverwantenhuwelijken der Ptolemaeërs, waar steeds broeders en zusters, van Alexander de Groote af tot Cleopatra toe, elkander huwden en kroost voortbrachten, en met het huis Capet, waar 118 consanguinaire huwelijken hebben plaats gehad; ook andere vorstelijke huizen waar huwelijken tusschen nabestaande bloedverwanten veelvuldig voorkwamen haalt hij ter vergelijking aan, zooals het huis Wettin, het huis

[1]) Een type van een Joodsch revolutionnaire, scherpzinnige, diplomatieke, ontwikkelde kop is een Trotzky.

[2]) De Adlers, de Davids, de Luxemburgs, de Wijnkoopen zijn allen Joden.

Wittelsbach; de stamboom van de Julisch-Claudische Imperatoren-familie, die van het Spaansche koningshuis en verschillende aristocratische families moeten dienst doen om toe te lichten dat ook bij de Joden, een betrekkelijk klein ras, zooals Dr. S t e p h a n zegt, waar de individuen overwegend onder elkaar huwen, deze rashuwelijken leiden zouden, eenerzijds tot opvoering der qualiteiten, anderzijds tot degeneratie. Deze vergelijking gaat echter in het geheel niet op. Wanneer men enkele families neemt, bestaande uit eenige honderden personen, of men neemt een ras, dat weliswaar in vergelijking met andere rassen niet groot is, maar toch elf millioen zielen telt, dan kan men maar niet hier toepassen, wat men ginds vond. Het sterk ontwikkelde geestes- en gemoedsleven met al zijn voor- en nadeelen is aan andere oorzaken toe te schrijven, dan aan een soort degeneratie, voortspruitende uit rashuwelijken. Een deel dier oorzaken hebben we reeds besproken; de druk en de vervolgingen en het opgesloten zijn Ghetto's in groote steden en de beroepen.

Het is nog zoo lang niet geleden, dat de meeste dier oorzaken golden. Wel hebben in Nederland nooit eigenlijke ghetto's bestaan, maar in Rome b.v. is het ghetto eigenlijk pas sinds 1870 vervallen.

De dagen, dat in Londen van een gedwongen Ghetto sprake was, liggen nog niet zoo ver achter ons. Eerst sedert 1858, toen de emancipatie-wet kwam toestaan, dat ook Joden zouden mogen zitting nemen in het Parlement en andere openbare bestuurslichamen en de rijkere Joden het oosten van Londen verlieten. De druk en de vervolgingen, de moeilijkheden om den bestaansstrijd te voeren, liggen ook nog niet ver achter ons. Met achter ons bedoelen we dan de westersche landen van Europa. Roemenië, Galicië, Rusland, Polen, zijn landen, die slechts genoemd behoeven te worden in verband met de Joden, om ons aanstonds de vreeselijkste tooneelen van pogromen voor oogen te brengen. Kisjenef in 1903 herinneren we ons nog allen te levendig! In Polen laait het anti-semitisme opnieuw op.

Maar al zijn de Ghetto-muren in de westersche landen afgebroken, al zijn de Joden in de meeste opzichten gelijkgesteld met de niet-Joden, er zijn nog tal van oorzaken, die ook heden ten dage voortgaan het geestes- en gemoedsleven te zeer in te spannen. We hebben in de eerste plaats het oog op het beroep.

Het bleek, dat b.v. in Pruissen 9 maal meer Joden studeeren, dan men verwachten kon volgens de bevolkingsverhouding en dat niettegenstaande de theologische faculteit natuurlijk niet meetelt en ze geen rechter kunnen worden.

Trouwens we weten wel allen uit eigen waarneming, dat slechts een betrekkelijk zeer gering aantal Joden werklieden zijn. De betrekking tusschen de dagelijksche bezigheden, het beroep en ziekte ligt voor de hand. Dr. H e y e r m a n s heeft in een uitmuntend werk de beroepsziekten behandeld. Het ligt voor de hand, dat de Joden, die in hoofdzaak hersen-arbeiders zijn, meer ziekten krijgen van geest en gemoed, dan b.v. landbouwers.

In Amsterdam is intusschen een klasse van Joodsche werklieden, de diamantbewerkers, die wèl handarbeid verrichten. Echter ook hier hebben ze, wat het zenuwstelsel betreft, een niet gelukkige keus gedaan. Ik ontleen aan het werk van Dr. Heyermans het volgende:

„Het zenuwstelsel heeft het zwaar te verantwoorden bij het maken van klein werk bij het diamantsnijden. Dit uit zich bij de vrouwelijke werklieden, in het bijzonder bij het roosjessnijden, waar neurasthenische en hysterische afwijkingen gepaard met anaemie in onrustbarende mate voorkomen." Uit mijn eigen speciale practijk blijkt ook, dat veel zenuwziekten onder diamantbewerkers voorkomen.

Het is duidelijk waar vrouwen op deze wijze jaren lang zenuwachtig makenden arbeid verrichten, zóó dat zenuwziekten optreden, de invloed daarvan, indien zij trouwen op het kroost kan overgaan.

Ik zou u nog met statistieken kunnen vermoeien omtrent de percentsgewijze verhouding van de geestelijke beroepen tegenover de overwegend lichamelijke en daaruit aantoonen, dat de bewering werkelijk juist is, dat er naar verhouding te veel artsen, advocaten, handelsmenschen, enz. onder ons gevonden worden. Ik ben echter bevreesd te uitvoerig te worden; ook zal ik niet verder uitwerken in hoeverre *het groote stadsleven* met al zijn opwinding en prikkels schadelijk werkt.

Met statistische gegevens moet men uitermate voorzichtig zijn. Volgens sommige onderzoekers bestaat er in menig opzicht een diametrale tegenstelling tusschen de verhoudingen in de cijfers der Joden van Oost- en West-Europa.

Voor de West Europeesche Joden zou o. a. door Rosenfeld zeker aangetoond zijn, dat niet alleen neurosen en suikerziekte, maar ook chronische nierziekte en kanker veelvuldiger voorkomen. Voor de Joden van Oost-Europa zou dat niet gelden.

Zoolang de Joden het onderwerp van wetenschappelijke en methodische statistiek zijn, heeft het gezichtspunt van waaruit zij bekeken werden merkwaardig gewisseld. Eerst was het van uit het standpunt van het geloof. Hunne bijzondere levensverschijnselen werden geheel door hun religie verklaard. Daarna werd met de groeiende arbeidersbeweging het voornaamste punt de welstand. De verschillen in levensomstandigheden tusschen gegoede klassen en het proletariaat moesten vele verschillen ten opzichte van hun gedrag tegenover ziekten verklaren. Bij de eersten voeren de betere voedingsverhoudingen, de betere huisvesting, kortom de gunstiger voorwaarden in den strijd om het bestaan tot voordeelen, die in de statistiek tot uitdrukking komen.

Daarna komt de, vooral door Gobineau verdedigde, rastheorie op den voorgrond. De beweerde ongelijkwaardigheid der rassen is een gevaarlijk wapen in de hand van politici en geestelijke drijvers gebleken. Er zouden inferieure rassen zijn met min of meer groote degeneratieverschijnselen. Het woord degeneratie wordt een waar machtswoord, waarmee iedereen en allen gedoodverfd worden. De artsen

doen mee en gaan ziekten, waarvan de oorzaken niet duidelijk zijn, verklaren door rasaanleg. Voor sommige ziekten zouden bepaalde rassen, zooals het Joodsche, immuun zijn, (rasimmuniteit), voor anderen is daarentegen de dispositie van het ras grooter. Toen men meer op de beroepsziekten ging letten, als gevolg van grootere belangstelling in sociale hygiene, werden veel pathologische eigenaardigheden der Joden in verband gebracht met de door hen bij voorkeur uitgeoefende beroepen. Daarna gaan het begrip der erfelijkheid en de invloed van het groote stadsleven in de statistieken hun invloed ontvouwen.

In dit verband nog een enkele uitweiding over de rasquaestie in verband met de pathologie (ziekteleer.)

Zoo wordt de grootere immuniteit van de Joden tegenover tuberculose vaak als raseigenschap voorgesteld, evenzeer als de geringere kindersterfte.

Wat de tuberculose betreft wijs ik er op, dat èn in Londen èn in New-York een groote sterfte aan tuberculose onder de Joden is waargenomen. Men begrijpt, dat het voor de hand ligt deze grootere sterfte toe te schrijven aan de immigranten uit Rusland, Polen, Roemenie en Galicie, arme, slecht gevoede, slecht behuisde menschen. Zij wonen samengeperst in bepaalde overvulde wijken. Reeds deze afwijking van den algemeenen regel, dat Joden voor t. b. c. meer onvatbaar zouden zijn, dan niet-Joden, krachtens raseigenschappen, doet het onhoudbare van deze stelling inzien. Het ligt niet aan endogene, maar aan exogene oorzaken, of anders gezegd niet aan overgeërfde kiemeigenschappen, maar aan van buiten af inwerkende oorzaken. Schadelijke factoren als slechte voeding, gebrekkige hygiënische woningverhoudingen, en andere voor t. b. c. praedisponeerende momenten werken op den Jood precies even zeer in als op de individuen van andere rassen.

Ook de zuigelingensterfte, die zelfs in slechte, overbevolkte stadsdeelen zooals in den ouden Amsterdamschen Jodenhoek geringer is dan in andere stadsgedeelten, valt niet uit raseigenschappen te verklaren. Daartoe zou men min of meer vage, haast mystische, niet nader te qualificeeren verschillen in den inwendigen opbouw en samenhang der organen van de betreffende individuen moeten aannemen. Het ligt veel meer voor de hand de geringere sterfte der Joodsche zuigelingen te verklaren door de in elk opzicht betere zorg, die de Joodsche moeder aan haar zuigeling besteedt. We zien in ons eigen land, dat in het „donkere zuiden" de sterfte onder de kinderen en zuigelingen grooter is dan onder de bewoners van Noord- en Zuid-Holland. Dat hangt te zamen met de hoogere ontwikkeling der laatsten en de daardoor betere deskundige zorgen. Het behoeft niet te verbazen, dat het hoogste cultuurvolk van de wereld, de Joden, ook de geringste kindersterfte hebben. (Sinds eenige duizenden jaren reeds kennen de Joden geen analfabeten in hun midden en bijna allen zijn tweetalig; van welk ander volk of ras kan men hetzelfde zeggen?).

Ook volgens mijn eigen ervaring te Amsterdam zoogen Joodsche moeders bijna allen zelf, houden spijzen en dranken reiner (dit ook in verband met de eeuwenoude Mozaïsche wetgeving, die trouw gevolgd wordt en hygienisch buitengewoon hoog staat); het familieleven is inniger, de zorg en de belangstelling is zóó groot, dat de arts er wel eens pruttelig onder wordt; de dokters worden dan ook trouw geraadpleegd, liefst de kinderarts direct erbij gehaald. Voeg daarbij het nagenoeg ontbrekende alcoholisme, waardoor geen kiembeschadigingen voorkomen en de geringere Joodsche zuigelingensterfte is weer verklaard niet uit endogene of raseigenschappen, maar uit exogene, van buiten af werkende oorzaken.

Met het niet gebruiken van te veel alcohol staat hoogst waarschijnlijk in verband de door mij en anderen geconstateerde niet grootere frequentie van epilepsie bij de Joden. De toevalsziekte is eigenlijk de eenige der grootere groepen van zenuwziekten, die bij ons in niet verhoogde mate voorkomt. Behalve uit de reeds genoemde oorzaak is dit te verklaren uit het feit, dat epilepsie geen psychoneurose is zooals hysterie en neurasthenie. Geheel andere factoren zijn hierbij in het spel, waarover ik mij in dit verband niet nader kan uitlaten.

Féré zet in zijn bekend boek uiteen, dat de geschiedenis van het Joodsche ras en wel de pathologische geschiedenis — bij uitstek geschikt is om de neurasthenie in zijn samenhang met de neuropathische familie te bewijzen. Volgens Féré behooren rheumatische aanleg, jicht, vetzucht, suikerziekte met de neurasthenie en de hysterie tot de groote „famille neuropathique". Zij allen komen bij Joden vaker voor.

Nog het laatste punt onder de genoemde oorzaken zal ik kortelings bespreken: de bloedverwantenhuwelijken. Dat is dus heel iets anders dan de Inzucht; laat ik het door een voorbeeld verduidelijken. Onder bloedverwantenhuwelijken verstaan we die huwelijken waar b.v. neef en nicht met elkander trouwen, onder rashuwelijken eenvoudig, dat twee Joodsche individuen van verschillend geslacht zich in den echt begeven.

Is op dat laatste te veel nadruk gelegd b.v. door Stephan, hetgeen ik reeds in den breede besproken heb; met de bloedverwantenhuwelijken is het wat anders gesteld. Wanneer neef en nicht beiden uit absoluut gezonde families stammen is er ten slotte niet zoo heel veel tegen een huwelijk te zeggen; wanneer er evenwel zenuwlijden van weerskanten voorkomt of ernstige erfelijke belasting van één van beiden, is het beter niet tot een huwelijk over te gaan.

Wel is waar is er altijd een streven in de natuur op te merken om tot den norm terug te keeren en behoeft niet iedereen uit een familie waar krankzinnigheid en zenuwziekte voorkomt zelf ook, zooals het soms liefelijk wordt uitgedrukt, „een tik van den molen te pakken" te hebben of per se zenuwzieke kinderen voort te brengen, maar toch waar de *kans* zoo veel grooter wordt, mag men niet lichtvaardig tot een dergelijk huwelijk meewerken. En ik herinner u er aan, dat ik reeds in het begin van mijn artikel gezegd heb, dat

L e n d e r i n k het vele voorkomen van doofstom geboren kinderen in ons land toeschrijft aan het feit, dat er zoovele bloedverwantenhuwelijken onder de Joden voorkomen.

Waar de Jood, behoorende tot een der Oostersche rassen, een sterke sexualiteit ten toon spreidt (de menses treden bij het Joodsche meisje eerder op, de mammae zijn spoediger en sterker ontwikkeld dan bij de Germaansche volkeren) daar spreekt het van zelf, dat de sexualiteit een belangrijke rol bij hen speelt in de reeks der oorzaken van het spoediger verkrijgen van zenuwaandoeningen. We behoeven nog geen aanhanger van F r e u d te zijn, om de groote rol, die het geslachtsleven in de ontstaansoorzaken der neurosen heeft, te begrijpen. De Jood, die van materieel goed leven houdt, hooge eischen aan het leven stelt, komt niet zoo spoedig tot een huwelijk als voor hem gewenscht was. De Jood voelt zooveel voor zijn kinderen, dat de gedachte aan een eigen gezin samen gaat met den wensch het zijn kinderen zoo goed mogelijk te geven, hen flink te laten leeren en hen in de maatschappij liefst tot hooger peil te brengen. Met hooger peil bedoel ik dan speciaal op sociaal hooger trap. Zoo komt menig Joodsche jonge man eerst laat tot een huwelijk. Hiermee hangt samen de schadelijkheid voor het gemoedsleven van het coelibaat, van het tweekinderstelsel, van het bezoeken van prostituées, van het geldhuwelijk. Al deze ongelukkige, voor het zenuwstelsel vaak noodlottige toestanden, behooren te worden vermeden. We moeten op een vroeg, gezond, krachtig, normaal huwelijksleven aandringen om ontaarding te voorkomen.

En ten slotte de vraag: Is het Joodsche geestes- en gemoedsleven vatbaar voor meerdere stabiliteit? Kan bij behoud van het goede en geniale, de ziekelijke neiging verminderd worden?

Ik geloof, dat het antwoord, dat ik zou willen geven, opgesloten ligt in de wijze waarop ik de stof behandeld heb. Zeer zeker kan de aanleg tot nervositeit en psychosen verminderd worden wanneer de schadelijke oorzaken meer gemeden worden. Ik zal kort zijn: de Joden moeten niet alleen voor den geest, maar ook voor het lichaam zorgen. Dr. P i n k h o f haalt in zijn rede het woord van N o r d a u: ,,Muskeljudentum" aan. En nu is het mijn bedoeling ook niet om een ,,Muskeljudentum" te scheppen, maar wel om te bevorderen een goede harmonie tusschen lichaam en ziel. Geen eenzijdig opzwiepen van hersenarbeid, drillen voor examens om toch maar uit te blinken en de eerste te willen zijn, maar den kinderen de beteekenis leeren van het bekende woord: een gezonde ziel in een gezond lichaam.

Onze Joodsche ouders moeten leeren inzien, dat er b.v. ook nog landbouw- en tuinbouwscholen bestaan, ze moeten leeren begrijpen, dat lichamelijke oefening, spel en sport voor het kind even noodzakelijk zijn als schoolkennis; dan zijn we op den goeden weg.

Sport voedt op tot zelfbeheersching, werkt daardoor karaktersterkend en bevordert den normalen opbouw van de geheele persoonlijkheid. Lichamelijke oefening is een uitmuntend middel om neiging

tot zelfbeschouwing tegen te gaan, met name van lichte meest, weinig beteekenende lichamelijke klachten.

Gymnastische oefeningen, turnen en sport bevorderen tevens het geheugen, dragen aldus bij tot verbetering van een vermeende, maar vaak slechts door gebrek aan oefening ontstane zwakte van het herinneringsvermogen. De rhytmische inspanning is voor lichaam en geest beide van het hoogste nut.

De eergierigheid wordt door sport en spel in zekere mate geprikkeld, zonder nog het oog op inspannende wedstrijden te hebben.

Lichte lichamelijke oefening is het beste middel om te ontspannen na veel leeren en geestelijke inspanning in het algemeen.

Maat houden, geen overdrijving is ook hier weer het parool.

We zullen in dit verband het nut van spel en sport voor andere organen dan het zenuwstelsel niet bespreken om ons te houden aan de grenzen door opzet en inhoud van dit geschrift gesteld; de voordeelen voor spieren, hart, longen, buikorganen waren anders uitvoerig te noemen.

We zullen geen gedetailleerd overzicht geven van de verschillende soorten sport en hunne voordeelen speciaal voor het zenuwstelsel. Elke sport: roeien, wandelen, fietsen, voetbal, tennis, korfbal, schaatsenrijden, hockey, golf, zwemmen, om enkele en door elkaar te noemen, hebben hunne voordeelen. Voor één wil ik echter een uitzondering maken, voor de eerstgenoemde.

Het voordeel van roeien bestaat hierin, dat het alleen in de buitenlucht en wel in stofvrije, relatief vochtige lucht kan beoefend worden. Niet alleen de armen en de borstspieren, maar ook de beenen worden steeds rhytmisch en krachtig bewogen en daardoor tot meerdere ontwikkeling gebracht. De rompbewegingen zijn bijzonder gunstig voor de regeling van de functie van het maagdarmkanaal, de spijsvertering wordt dus bevorderd, de stoelgang regelmatig. Voor roeien is een zekere vaardigheid noodig, die eerst na voldoende inspanning geleerd kan worden en is men het eenmaal meester, dan is voor den roeier ,,Ausdauer'' noodig, wilskracht om een gesteld doel te bereiken en onder omstandigheden een zekere dosis moed en beleid. Hierdoor worden deze belangrijke geestelijke eigenschappen meer geoefend. De goede invloed van het roeien op de ademhaling is onmiskenbaar. De roeier moet goed kunnen zwemmen en besteedt zijn tijd zonder kosten, alleen of in gezelschap op de meest aangename manier. Voor nerveuzen, mits in niet te erge mate, is het roeien ongetwijfeld uitnemend. Beter echter is ook weder hier te zorgen niet zenuwachtig te worden door bijtijds aan sport en speciaal aan de roeisport te doen.

Dat ik de roeisport zoo in het bijzonder genoemd heb, heeft een eigenaardige oorzaak.

Vroeger werden de Joden vaak uitgesloten in vereenigingen, die zoo op het eerste oog met rassenquaesties niets te maken hebben. In Amsterdam b. v. konden geen Joden worden opgenomen in goede roeivereenigingen. (Dat er toch nog enkele Joden in toegelaten werden,

pleitte meer tegen het stam- en eergevoel van die enkelen dan voor die vereenigingen). Toen werd voor tien jaar Poseidon opgericht. Thans konden ook de Joden van den heerlijken Amstel ten volle genieten en de roeitochten werden dra vandaar uit tot ver in ons land uitgestrekt. Intusschen werd de liefde voor deze sport zoo groot, dat Poseidon geheel uit de kinderkleeren is gegroeid. Het moet absoluut een nieuw costuum hebben. Het boothuis, de kleerkamers, het terras alles moet vergroot worden. Daartoe is veel geld noodig. Velen gaven reeds. Anderen zagen misschien de noodzakelijkheid nog niet zoo in.

Daarom meende ik goed te doen met vroegere opstellen, in de „Samenleving" verschenen, te herzien en aan te vullen in een aparte uitgave, opdat de Joden worden doordrongen van hun plicht de opgroeiende jeugd veel aan spel en sport te laten doen om de neiging tot nerveuze aandoeningen te bestrijden.[1])

Om den strijd om het bestaan, die in de komende tijden niet minder, maar vermoedelijk grooter zal zijn dan vroeger, met succes te kunnen voeren, moeten de Joden reeds bij het kind beginnen alle oorzaken, die tot zenuwaandoeningen voeren, zorgvuldig te vermijden. Door minder eenzijdig uitsluitend op intellectueele prestaties te letten, maar aan lichamelijke bezigheid, aan spel en sport in de opvoeding de plaats te geven, die ze toekomt, kunnen we van onze kinderen lichamelijk flinke, krachtige, zelfbewuste menschen maken. Wanneer dan de Joden daarbij hun oude deugden blijven bewaren, hun zin voor familieleven, hun matigheid, hun hygienisch begrip en bovendien hun stamgevoel niet verliezen, maar trotsch blijven op het eeuwenoude cultuurvolk, waarvan ze de tradities nooit verloren hebben, dan kan zonder twijfel het Joodsche geestes- en gemoedsleven weer in geheel normale banen gevoerd worden.



---

[1]) Dat de geheele netto opbrengst van dit geschrift de uitbreiding van Poseidon ten goede komt, vermeld ik volledigheidshalve.

LAND	Jaar	Krankz. per 10.000 inw.			Bron
		Chr.		Joden	
Pruissen	1871	Kath.	8.84		Pruis.
		Protest.	8.47	16.79	Statistiek
,,	1880	K	12.37	38.9	
		P	24.2		
Berlijn	1880	K	14.0		
		P	18.1	13.9	
Posen	1880	K	13.8		
		P	17.5	19.3	
Silezië	1880	K	19.3		v. Buschan
		P	22.1	32.1	
Hannover	1880	K	30.8		
		P	29.2	62.9	
,,	1863		17.1	29.7	
Wurtemberg	1863		4.8	6.4	
Beieren	1863		10.6	19.2	
,,	1871		9.8	25.2	
,,	1881		9.0	28.6	
,,	1883		16.9	31.5	
,,	1884		17.0	37.3	
,,	1885		16.4	27.19	
Denemarken	1863		5.8	33.4	
Italië	1880		5.8	39.0	

(zie pag. 1).

